

WELLNESS FÜR DIE SINNE 08. bis 10. NOVEMBER 2024

«Der Körper im Mittelpunkt» – systemische Aufstellung, Bewegung, Meditation und Körperintegration über die Sinne erleben. Herzliche Einladung zu diesem erstmaligen Vorhaben.

Immer mal wieder neigen wir dazu, uns über den Körper, das Aussehen oder die Kleidung zu definieren, begrenzen oder reduzieren. Oft tauchen dabei Fragen und Gefühle wie «was soll ich jetzt anziehen» und «was denken die anderen über mich» auf. Womöglich hat sich auch der altbekannte Spruch «Kleider machen Leute» als Glaubenssatz im System abgespeichert und wir fühlen uns unwohl in unserem Körper oder schämen uns gar dafür. Wir sind jedoch so viel mehr. Wir sind grenzen- und formlose, vollkommene Wesen, die hier auf Erden ausgestattet sind mit einem Geist, Körper und einer Seele. Wenn wir uns wieder in unserer reinsten und natürlichen Form begegnen, können Verletzungen tiefe Heilung finden.

An diesem Wochenende stehen Themen rund um den Körper, dessen Aufbau & Funktion wie z.B. allg. körperliches Befinden, Krankheiten, Schmerzen, Verletzungen, einzelne Körperteile, Körpermasse oder Scham, im Mittelpunkt.

Wann: Freitagabend, 08.11.24 ab 16:00 Uhr bis Sonntag, 10.11.24 ca. 16:00 Uhr – Anreise am Samstagmorgen zu Seminarbeginn um 9:30 Uhr ist ebenfalls möglich

Wo: Seminarhaus Kienberg, Kirchgasse 24, 4468 Kienberg

Teilnehmerbeitrag: CHF 265.-

Kost & Logis pro Pers., 2 Nächte: im GZ CHF 190.- | DZ CHF 210.- | EZ CHF 250.-

Kost & Logis pro Pers., 1 Nacht: im GZ CHF 110.- | DZ CHF 120.- | EZ CHF 140.-

Die Unterkunft verfügt über Gemeinschaftsbäder

Anmeldeschluss: bis am 10.10.24 – Die Anmeldung ist verbindlich und der Gesamtbetrag im Voraus zu begleichen (via TWINT oder Banküberweisung).

Annulationsbedingungen: bis 30.09.24 kostenlos – danach wird der Betrag zurückbehalten, ausser der Platz kann wieder besetzt werden

Diverses: vegane Snacks & Verpflegung inkl. Wasser, Kaffee & Tee | kostenlose PP, Benutzung des HotPots & der Sauna | ÖV-Bushaltestelle Kienberg Hirschen, ca. 5 Gehminuten vom Seminarhaus entfernt | Möglichkeit für Yogastunden mit separatem Beitrag für den Energieausgleich | Teilnehmerzahl 10 bis max. 12 Pers. (first come, first served)

Mitnehmen: bequeme / leichte Kleidung, warme Socken & Hausschuhe, bei Bedarf Meditationskissen

Für Fragen, Anmeldungen und weitere Infos stehe ich gerne zur Verfügung. Herzoffen freue ich mich auf reges Interesse und das gemeinsame Wochenende.